



11.11.2024г.

День

Отд./корп

Школа

МОУ СОШ № 16 с.Александровское

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    |            |        |                                      | 60       | 10,80 | 44           | 1     | 1    | 6        |
|            |            | 306    | кукуруза консервированная отварная   | 90       | 31,45 | 109          | 6     | 6    | 7        |
|            |            | 279    | тефтели 2 вариант                    | 150      | 9,33  | 244          | 9     | 6    | 39       |
|            |            | 203    | макаронные изделия отварные с маслом | 180      | 4,84  | 70           | 0     | 0    | 17       |
|            |            | 349    | компот из сухофруктов                | 20       | 1,04  | 84           | 2     | 0    | 19       |
| завтрак 2  |            |        | хлеб пшеничный                       | 100      | 15,00 | 47           | 0     | 0    | 10       |
|            | фрукты     |        | яблоки свежие                        | 600      | 72,46 | 551          | 18    | 13   | 98       |
|            |            |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты     |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            |            |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска    |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо    |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | 2 блюдо    |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | гарнир     |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | сладкое    |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.  |        |                                      |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн. |        |                                      |          |       |              |       |      |          |